

Upaya Peningkatkan Pengetahuan Tentang Pola Asuh Gizi Balita di Desa Pulau Melako

Merita¹, Filius Chandra², Giananda Nurbintang³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim

¹merita_meri@yahoo.com

Received: 19 April 2020; Revised: 5 September 2020; Accepted: 27 Februari 2021

Abstract

The wrong eating pattern puts children under five aged in a vulnerable position to nutritional problems. Therefore, the service activity aims to increase knowledge about parenting nutrition for toddlers. This activity was carried out on February 2020, in Pulau Melako Village, Bathin VIII District, Sarolangun. The implementation method is counseling with poster and leaflet media. The targets in this activity are posyandu cadres and 10 toddler mothers. The output of this community service activity is to increase the knowledge of mothers of children under five and posyandu cadres about toddler nutrition care. The results showed that the average pre-test score was 4.3 points, and the post-test score was 8.0 points. It can be concluded that there was an increase in maternal knowledge about parenting nutrition after giving counseling.

Keywords: knowledge; nutrition parenting; toddlers

Abstrak

Pola makan yang salah menempatkan anak balita dalam posisi rentan terhadap masalah gizi. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pola asuh gizi balita. Kegiatan ini dilakukan pada Februari 2020, di Desa Pulau Melako, Kabupaten Bathin VIII, Sarolangun. Metode kegiatan yaitu pemberian penyuluhan dengan media poster dan *leaflet*. Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu kader posyandu dan 10 ibu balita. Luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan ibu-ibu balita dan kader posyandu tentang pola asuh gizi balita. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa rata-rata skor *pre-test* adalah 4,3 poin, dan skor *post-test* adalah 8,0 poin. Dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi orangtua setelah diberikan penyuluhan.

Kata Kunci: pengetahuan; pola asuh gizi; balita

A. PENDAHULUAN

Keberhasilan pembangunan kesehatan dalam waktu suatu wilayah ditandai dengan meningkatnya derajat kesehatan masyarakat secara umum. Aspek gizi merupakan salah satu indikator kesehatan masyarakat yang belum dapat dituntaskan di dunia (Kemenkes, 2016). Adapun salah satu sasaran yang akan dicapai oleh pembangunan kesehatan ini adalah meningkatnya status kesehatan dan gizi ibu dan anak. Status gizi masyarakat

yang baik merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan pembangunan kesehatan dan tidak terpisahkan dari pembangunan nasional secara keseluruhan.

Permasalahan gizi utama yang masih belum tercapai berdasarkan data di Puskesmas Limbur Tembesi yaitu tingginya persentase balita yang ditimbang berat badannya tidak naik satu kali, tingginya persentase balita yang ditimbang berat badannya tidak naik dua kali, rendahnya

persentase balita yang ditimbang berat badannya serta rendahnya ibu hamil KEK yang mendapatkan makanan tambahan.

Pola makan atau kebiasaan makan yang salah menempatkan balita dalam posisi rentan masalah gizi. Selama masa balita pula, kebanyakan anak hanya mau makan satu jenis makanan selama berminggu-minggu. Oleh karena itu, adanya masalah makanan tersebut jika tidak diperhatikan oleh orangtua akan mempengaruhi pemenuhan gizi dan status gizi anak (Arisman, 2004).

Berdasarkan kajian permasalahan mitra diketahui bahwa kesadaran masyarakat di wilayah Limbur Tembesi, Bathin VIII dalam kegiatan posyandu khususnya membawa balitanya untuk ditimbang masih kurang. Sedangkan ibu balita hanya membawa anaknya untuk imunisasi dan menimbang anaknya hingga usia tiga tahun saja, kemudian mereka tidak datang lagi membawa anaknya ke posyandu. Keadaan inilah yang menunjukkan pertumbuhan anak balita tidak terpantau.

Sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan ibu, maka perlu dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan yang diperlukan oleh masyarakat, sehingga akan memudahkan terjadinya perilaku sehat pada mereka (Notoatmodjo, 2003). Oleh karena itu tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pola asuh gizi balita di Desa Pulau Melako dengan metode penyuluhan.

B. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan ini akan dilaksanakan pada bulan Februari 2020 di Desa Pulau Melako Kecamatan Bathin VIII, Kabupaten Sarolangun. Sasaran dalam kegiatan ini adalah kader posyandu dan ibu-ibu balita di Desa Pulau Melako Kecamatan Bathin VIII. Total sasaran adalah 10 orang. Adapun kontribusi sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah (1) Menjadi peserta kegiatan pengabdian; (2) Mengikuti *pre* dan *post test* dan; (3) Menjadi fasilitator bagi ibu-ibu lainnya. Metode dan rincian kegiatan

yang akan dilaksanakan dalam program kemitraan ini dirincikan sebagai berikut:

Tabel 1. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan	Peserta	Materi	Metode
Persiapan	Tim Pengabdian	Langkah kerja, pembagian tugas, jadwal, Penyusunan materi dan pemantapan	Diskusi Tim
Silaturahmi dan pengembangan kegiatan di Desa Pulau Melako	Bidan desa, kader posyandu, dan ibu-ibu balita	Penyampaian ide, tujuan kegiatan, membentuk	Focus Group Discussion (FGD)
Penyuluhan pola asuh makan kepada kader posyandu dan ibu-ibu balita	Kader posyandu, dan ibu-ibu balita	Pola asuh makan balita	Tutor, Roleplay, diskusi
Penyuluhan hygiene dan sanitasi kepada kader posyandu dan ibu-ibu balita	Kader posyandu, dan ibu-ibu balita	Hygiene dan sanitasi	Tutor, Roleplay, diskusi
Penyuluhan ASI Eksklusif kepada kader posyandu dan ibu-ibu balita	Kader posyandu, dan ibu-ibu balita	ASI Eksklusif	Tutor, Roleplay, diskusi
Penyuluhan MP-ASI kepada kader posyandu dan ibu-ibu balita	Kader posyandu, dan ibu-ibu balita	MP-ASI	Tutor, Roleplay, diskusi

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Pulau Melako terletak di Kecamatan Bathin VIII, Kabupaten Sarolangun, Provinsi Jambi dengan jumlah penduduk sekitar 1.256 orang. Sebagian besar penduduknya berpenghasilan dibidang pertanian dimana wilayahnya banyak ditanami tanaman keras yaitu pohon karet, sawit dan beberpa tanaman musim seperti pohon durian, rambutan dan mangga. Sebagian besar Penduduk di Desa Pulau Melako, Kecamatan Bathin VIII beragama Islam dan yang lain beragam Kristen, Katolik dan lain-lain.

Pada pelaksanaannya semua peserta (10 orang) menghadiri kegiatan sampai selesai sehingga capaian sasaran dalam

Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Pola Asuh Gizi Balita di Desa Pulau Melako

Merita, Filius Chandra, Giananda Nurbintang

kegiatan ini 100%. Kegiatan ini didampingi oleh Bidan Desa dan ahli gizi Puskesmas Limbur. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan cara edukasi dan demonstrasi. Materi edukasi yang disampaikan terdiri dari: (1) Pengertian pola asuh gizi; (2) Aspek pola asuh gizi; (3) Hygiene dan sanitasi; (4) ASI-Eksklusif; dan (5) Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP - ASI). Materi disampaikan dengan menggunakan *power point*, video, *leaflet*, dan poster yang mudah dipahami oleh sasaran. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan demonstrasi tentang pengenalan sumber zat gizi dari berbagai kelompok pangan bahan MP-ASI dengan media *food model*. Penyuluhan mengenai pola asuh gizi balita salah satunya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Ibu dalam memberi perawatan dan perlindungan pada anaknya, praktik menyusui dan pemberian MP-ASI dengan benar serta pengasuhan psikososial. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan pola asuh gizi balita berlangsung selama kurang lebih 60 menit di rumah Bidan Desa, Desa Pulau Melako, Kecamatan Bathin VIII.



Gambar 1. Kegiatan Demonstrasi



Gambar 2. Kegiatan Penyuluhan

Dari hasil rekapitulasi nilai yang telah didapatkan, terjadi peningkatan rata-rata berdasarkan nilai pre dan post test responden. Rata-rata maksimal (target) yaitu 10. Menurut

Khomsan (2004) klasifikasi pengetahuan dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu Baik: skor > 80 , Cukup: skor 60-80, dan Kurang: < 60 (skala ordinal). Rata-rata nilai *pretest* yaitu sebesar 4,3 dan termasuk kategori kurang sedangkan rata-rata nilai *post test* sebesar 8,0 dan telah termasuk kategori cukup baik.

Berdasarkan data *pre-test* yang telah direkapitulasi, didapatkan hasil bahwa 100% responden masih tergolong kategori pengetahuan kurang. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa terdapat 4 pertanyaan yang paling banyak dijawab salah yaitu pertanyaan nomor 2, 3, 4, dan 8. Pertanyaan nomor 2 hanya dijawab benar oleh 3 responden, pertanyaan nomor 3 tidak ada satupun responden menjawab dengan benar, pertanyaan nomor 4 hanya 3 responden yang menjawab dengan benar dan yang terakhir pertanyaan nomor 8 hanya dijawab benar oleh 1 responden saja.

Pertanyaan nomor 2 berisi materi mengenai bentuk perawatan dan perlindungan ibu untuk anaknya. Ditemukan hasil bahwa sebagian besar ibu menjawab bentuk perawatan kepada anaknya dengan memberikan makanan tambahan diusia anak mencapai 2 bulan. Ketidaktahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI yang tepat menjadi faktor utama ibu menjawab salah pertanyaan tersebut.

Pertanyaan nomor 3 yang tidak satupun responden dapat menjawab dengan benar yaitu berisikan materi tentang cara melepaskan isapan bayi dari puting saat memberikan ASI. Sehingga diketahui bahwa sebagian besar ibu balita masih belum mengetahui bagaimana praktik menyusui dengan baik dan benar.

Pertanyaan nomor 4 berisikan materi tentang teknik menyusui yang tidak tepat, serta pertanyaan nomor 8 yaitu tentang tekstur atau bentuk makanan yang tepat diberikan pada anak usia 6 - 9 bulan.

Rendahnya tingkat pengetahuan ibu mengenai pola asuh gizi anak menjadi faktor rendahnya hasil dari *pre-test* tersebut. Dalam penelitian Murty, Shirley, & Nova (2015) menyatakan bahwa pengetahuan ibu tentang

gizi berpengaruh terhadap status gizi anak. Sedangkan Penelitian Vicka, Sefti dan Yudi (2014) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh gizi ibu dengan status gizi anak

Pola pengasuhan anak berupa sikap perilaku ibu atau pengasuh lain dalam hal kedekatannya dengan anak, memberikan makan, merawat, kebersihan, memberikan kasih sayang dan sebagainya. Kesemuanya berhubungan dengan keadaan ibu terutama dalam kesehatan, status gizi, pendidikan umum, pengetahuan dan ketrampilan tentang pengasuhan anak yang baik, peran dalam keluarga atau dimasyarakat, sifat pekerjaan sehari-hari, adat kebiasaan keluarga, masyarakat dan sebagainya dari ibu atau pengasuh anak (Soekirman, 2000). Lemahnya kemampuan ibu dan keluarga untuk memberikan pola asuh akan berakibat pada kejadian gizi kurang bahkan gizi buruk pada anak balita.

Setelah dilakukan penyuluhan dan dilakukan *post-test*, terdapat peningkatan pengetahuan Ibu balita mengenai pola asuh gizi ibu kepada balita, baik dilihat dari rata-rata maupun dilihat dari jawaban soal nomor 2, 3, 4 dan 8 yang telah dijawab dengan benar oleh responden.

Saat *post-test*, pertanyaan nomor 2 dan 3 dijawab benar oleh seluruh responden, artinya sebanyak 100% responden dapat menjawab dengan benar pertanyaan tersebut. Sedangkan untuk pertanyaan nomor 4 tidak terjadi peningkatan yang signifikan, terdapat hanya 50% responden yang mampu menjawab dengan benar. Meskipun demikian, tetap terjadi peningkatan pengetahuan ibu dari sebelumnya.

Pada pertanyaan nomor 8, saat *post-test* terjadi peningkatan yang cukup signifikan dari 6,3% menjadi 70% responden yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini membuktikan bahwa adanya peran penting penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan ibu mengenai pola asuh gizi pada balita.

Hasil ini sejalan dengan kegiatan pengabdian oleh Wahyuningsih & Widayati

(2017) yang menunjukkan bahwa setelah diadakan kegiatan penyuluhan ibu-ibu mengetahui tentang gizi dan tumbuh kembang anak. Hal tersebut terbukti dengan ibu-ibu dapat menjawab beberapa pertanyaan yang diajukan setelah diadakan kegiatan pelatihan. Demikian pula Rahmawati (2006) dan Anjelisa (2010) dalam penelitiannya menyatakan bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan ibu tentang gizi dan berpengaruh pada perubahan status gizi balita setelah dilakukan penyuluhan. Sementara Fiona (2006) dalam penelitiannya melaporkan bahwa pendidikan gizi dapat meningkatkan pemahaman dalam memilih makanan yang sehat dan bergizi.

Peningkatan pengetahuan ini bisa terjadi karena kegiatan penyuluhan ini awalnya berjalan dengan cukup baik dan kondusif, walaupun dipertengahan hingga akhir menjadi kurang kondusif. Faktor selanjutnya yang mendukung peningkatan pengetahuan ibu tersebut yaitu adanya media poster yang ditampilkan dan beberapa penghargaan atau hadiah serta camilan yang diberikan membuat ibu-ibu yang tersisa sebanyak 10 orang tersebut termotivasi untuk mengikuti kegiatan penyuluhan dengan baik sampai akhir.

Menurut hasil penelitian sebelumnya oleh Merita (2019), menunjukkan bahwa sesudah dilakukannya edukasi/penyuluhan terlihat perubahan pengetahuan yang lebih tinggi, hal ini bisa terjadi dikarenakan para ibu atau responden mendapatkan penyuluhan dengan bantuan media *leaflet*. Perbedaan nilai rata-rata yang didapatkan cukup jauh berbeda, yakni 66 poin pada saat sebelum dilakukannya penyuluhan dan 90 poin pada saat setelah dilakukannya edukasi.

Kendala yang dihadapi dalam kegiatan ini berupa kondisi yang kurang kondusif pada saat pelaksana. Hal ini terjadi dikarenakan kegiatan penyuluhan bertepatan dengan kegiatan imunisasi dan penimbangan, sehingga di dalam ruangan penyuluhan juga terdapat bayi dan balita. Balita yang rewel

Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Pola Asuh Gizi Balita di Desa Pulau Melako

Merita, Filius Chandra, Giananda Nurbintang

dan menangis menjadi faktor tidak kondusifnya kegiatan tersebut.

Meskipun demikian, ibu-ibu balita antusias dalam mendengarkan dan memperhatikan materi yang disampaikan. Ibu balita juga aktif menjawab bila narasumber memberi pertanyaan. Bila dilihat dari nilai *pre* dan *post test*, terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan. Hal tersebut membuktikan bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai pola asuh gizi balita.

D. PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu mengenai pola asuh gizi balita, ditandai dengan rata-rata nilai *pre-test* sebesar 4,3 poin meningkat menjadi 8,0 poin pada saat *post-test*. Terjadi peningkatan pengetahuan ibu mengenai perawatan dan perlindungan bagi ibu untuk anaknya, terbukti dengan sebanyak 100% atau seluruh responden dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Serta, sebagian besar responden dapat menjawab secara lisan mengenai dampak jika anak diberikan pengasuhan psikososial secara berlebihan setelah mengikuti penyuluhan.

Saran

Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan adanya praktik langsung terhadap teknik pemberian ASI dan MP-ASI oleh ibu-ibu balita agar suasana penyuluhan lebih aktif dan responden lebih memahami materi yang telah disampaikan.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih disampaikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim yang telah memberikan dukungan materiil sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

E. DAFTAR PUSTAKA

Arisman. (2004). *Gizi Dalam Daur Ulang Kehidupan*. Jakarta: CBC.

Kemenkes. (2016). *Pola Asuh Dalam Perbaikan Gizi*. Jakarta: Kemenkes RI

Merita, M. (2019). Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 1(2), 83-89.

Murty, Shirley, & Nova. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Status Gizi Anak Umur 1-3 Tahun. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, 3(2).

Notoatmodjo. (2003). *Pendidikan dan Prilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Asdi Mahasaty.

Rahmawati. (2006). Status Gizi dan Perkembangan anak usia dini di Taman Pendidikan Karakter Sutera. *Skripsi*. Bogor: Fakultas Pertanian Bogor.

Soekirman. (2000). *Ilmu Gizi dan Aplikasinya*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional

Vicka, Sefti, dan Yudi. (2014). *Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi Balita*. Manado: Universitas Sam Ratulangi.

Wahyuningsih, I. R. & Widayati, R. S. (2017). Pemantauan Tumbuh Kembang Anak Melalui Gizi dan Pola Asuh Anak. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 40-46.